BB•SLING

Benutzerhandbuch / Trageanleitungen für den BB•SLING

WICHTIG!
Bewahren Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig auf.

babylonia

www.babylonia.be

INHALTSVERZEICHNIS

Einführung	2 - 3
Häufig gestellte Fragen	4 - 5
Los geht's	6
Den Sling zusammensetzen/ einfädeln	7
Grundstellung für alle Tragevarianten	8
Wiege	9 - 10
Bauch-an-Bauch-Trage	11 - 12
Buddha-Trage (Rücken-an-Bauch)	13
Hüfttrage	14 - 15
Rückentrage	16 - 17
Zwillinge tragen	18
Andere Babylonia-Produkte & Dank	19

© Copyright Babylonia 2007
Dies Anleitung darf nicht vervielfältigt werden. Weder in Teilen noch insgesamt.
Jegliche Nutzung des Textes bedarf der Genehmigung durch Babylonia.

› HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Sie haben sich entschieden, Ihr Baby in einem Baby-Sling zu tragen. Babys auf der ganzen Welt werden von ihren Eltern (selbstverständlich auch von Grosseltern, Geschwistern oder Freunden) getragen, während diese weiterhin ihren täglichen Aktivitäten nachgehen.
Wie Sie auf den folgenden Seiten sehen werden ist dies eine Gewohnheit, die sowohl dem Baby, als auch der tragenden Person zugute kommt. Bevor Sie jedoch in die Praxis einsteigen, möchten wir Ihnen zunächst erklären, warum Sie Ihr Baby tragen sollten. Bitte nehmen sie sich die Zeit und lesen Sie dieses Handbuch in aller Ruhe durch. Sie müssen kein Experte in allen vorgestellten Tragevarianten werden. Da nicht jedes Kind jede Trageposition mag, stellen wir Ihnen hier eine Vielzahl von Tragevarianten vor, so finden Sie ganz sicher bald Ihre 'Lieblingstrageweise'.

Ein Baby im Trageschal tragen zu lernen ist wie Tanzen lernen. Man muss ein wenig üben, bevor die Bewegungen in Fleisch und Blut übergehen und Sie sie wie im Schlaf ausführen können. Am Anfang empfehlen wir Ihnen, den Sling einige Male ohne Baby auszuprobieren, bevor Sie Ihr Kind hineinsetzen. Ausserdem hilft es, mit dem Baby zu reden während Sie es ins Tuch setzen und ihm zu erklären, was sie gerade tun.
Ihr Baby wird spüren, wenn Sie unruhig sind. Sagen Sie ihm, dass sie noch unsicher sind und das Tragen im Sling erst noch lernen müssen und das Sie das gemeinsam mit Ihrem Kind tun wollen.

Wenn Sie erst einmal gelernt haben, Ihr Baby im Sling zu tragen, werden Sie sich fragen, wie Sie jemals ohne ausgekommen sind. Es erleichtert Ihnen nicht nur die Bewältigung Ihres Alltags, sondern es stärkt auch die Eltern-Kind-Bindung und trägt zur sensorischen und motorischen Entwicklung Ihres Babys bei.

Ganz nah bei Ihnen, geborgen und gut aufgehoben, kann Ihr Baby an Ihrem Leben teilhaben. Dieses Zusammenspiel mit der Welt fördert die sprachliche und soziale Entwicklung Ihres Kindes.

Möchten Sie mehr über die Vorteile des Tragens im Tragetuch erfahren? Hier sind einige unserer Favoriten 'Rund ums Tragen'. Weitere Buchtips zum Thema Finden Sie auch im Internet.

"Ein Baby will getragen sein" *von Evelin Kirkilionis*
Alles über geeignete Tragehilfen und die Vorteile des Tragens
Verlag: Kösel - Seiten: 168

"Ins Leben tragen" *von Anja Manns und Anne Christine Schrader*
Entwicklung und Wirkung des Tragens von Kleinstkindern unter sozialmedizinischen und psychosozialen Aspekten
Verlag: WWB - Seiten: 123

"Babyjahre" *von Remo H. Largo*
Die frühkindliche Entwicklung aus biologischer Sicht
Verlag: piper - Seiten: 505

"Auf der Suche nach dem verloren Glück" *von Jean Liedhoff*
Gegen die Zerstörung unserer Glücksfähigkeit in der frühen Kindheit
Verlag: becksche Reihe - Seiten: 218

"Nähe und Geborgeneit" *von Sonja Stacherl*
Durch Körperkontakt Säuglinge fördern
Verlag: Walter Verlag - Seiten: 260

Wenn man eine Tragehilfe benutzt, die optimal sowohl an das Kind als auch an den Tragenden anzupassen ist, kann man das Baby solange tragen wie es das möchte. Kinder die 2,3,4, oder sogar 5 Jahre alt sind, werden bei langen Spaziergängen oft noch müde und möchten getragen werden. Ein Kind dieses Alters einfach so auf dem Arm zu tragen ist eine grosse Belastung für Schultern und Rücken.Eine Tragehilfe verteilt das Gewicht des Kindes angemessen.
Ein Kind auf dem Weg zur Selbstständigkeit wird dauernd schwanken zwischen dem Wunsch alles selbst machen zu wollen und dem Bedürfnis nach Unterstützung.
Im Gegensatz zur landläufigen Meinung jederzeit auf die Bedürfnisse eines Kindes einzugehen verwöhne das Kind, wird gerade das sein Urvertrauen und seine Selbstsicherheit stärken und es wesentlich dabei unterstützen eine selbstständige Persönlichkeit zu werden.

Babys lieben Hautkontakt
Nach neun Monaten Wärme, Bewegung und ständigem Kontakt mit der Mutter, ist die Geburt eine grosse Veränderung, und das Baby braucht den engen Kontakt mit seinen Eltern ganz besonders.
Babys, die nah am Körper getragen werden, geniessen diesen direkten physischen Kontakt sichtbar. Der heissgeliebte Körperkontakt erfüllt eines der Urbedürfnisse eines Säuglings und bietet ihm eine ideale Position, um die 'grosse, neue Welt' zu erkunden.

Sicher und geborgen
In einem einfachen Sling fühlt sich Ihr Baby sicher und geborgen. Es fühlt Ihre Körperwärme, hört Ihre Stimme und Ihren Herzschlag. Es erkennt Ihren Geruch und kann permanent Augenkontakt zu Ihnen haben.

Babys weinen weniger
Forschungsergebnisse weisen darauf hin, dass Säuglinge, die täglich getragen werden, erheblich weniger weinen. In einem sling erlebt das Baby den Tag nicht passiv, sondern es nimmt aktiv und auf natürliche Weise an Ihren täglichen Aktivitäten teil. Das Baby kann beobachten und viele Geräusche wahrnehmen, was wichtig für seine psycho-soziale Entwicklung ist.
Wenn das Baby genug hat von all den äusseren Eindrücken, kann es einfach die Augen schliessen und ganz nah bei Ihnen einschlafen.

Anregung zu einer ausgeglichenen Entwicklung
Ihr Baby wird von Anfang an eine Vielzahl äusserer Reize zu verarbeiten haben. Aus einem Sling heraus erfährt Ihr Baby die Welt aus einer sicheren Position, so dass die vielen neuen Eindrücke keine Angst hervorrufen, sondern zu schönen Erfahrungen werden.
Das Gefühl der Sicherheit führt zur Entwicklung eines positiven Selbstverständnisses und bildet später die Grundlage für eine selbstbewusste und selbstsichere Persönlichkeit.
Zum Glück hat es sich inzwischen herumgesprochen, dass das Tragen eines Säuglings in einem Sling oder Tragetuch nichts mit Verwöhnen zu tun hat, sondern Sie Ihrem Baby auf diese Weise ein Grundbedürfnis erfüllen.

Und der Vater
In den ersten Monaten ist es für einen jungen Vater nicht immer einfach, eine so enge Beziehung zu seinem Kind aufzubauen wie die Mutter. Mit einem Sling kann jedoch auch er sich - und dies bereits in einem sehr frühen Stadium - aktiv um sein Kind kümmern und so eine enge Bindung zu ihm aufbauen.

HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

Ist das Tragen im Tragetuch gut für die Entwicklung der Wirbelsäule meines Kindes?

Das Wachstum der Wirbelsäule erfolgt in 3 Phasen. Die Basis einer guten Haltung beginnt mit dem Becken. Wenn dieses gut gestützt wird, begeben sich Wirbelsäule und Hals des Babys in ihre natürliche Krümmung und das Gewicht wird vom Becken getragen. Um eine korrekte Trageposition sicherzustellen, sollten die Beine des Kindes entweder in einer Fötusposition (Schneidersitz/Lotussitz) zusammenbleiben oder gespreizt werden. Die sogenannte 'Anhock-Spreiz-Haltung' ist optimal um das gesunde Wachstum der Hüftgelenke zu unterstützen. Die Beine des Babys sollten hierbei bis auf Bauchnabelhöhe (des Babys) angehockt werden. Das Baby 'hängt' so nicht an der tragenden Person, sondern sitzt oder liegt eng angeschmiegt und bequem am Körper des Trägers.
Die Fötusstellung (mit angezogenen Beinchen und gerundetem Rücken) ist die natürlichste Position für Säuglinge. Diese Haltung ist nicht nur optimal für eine gesunde Entwicklung von Wirbelsäule und Hüfte, Babys verbrauchen so auch weniger Energie, können besser atmen und verdauen ihre Nahrung leichter.

Muss der Kopf meines Kindes gestützt werden?

Wenn das Becken Ihres Kindes wie vorher beschrieben richtig gestützt wird, wird der Hals einer natürlichen Kurve folgen und sein Kopf wird auf Ihrer Brust ruhen. Es kann den Kopf frei heben, sollte es sich umschauen wollen und seine Nackenmuskeln werden rasch stärker werden. Eine spezielle Kopfstütze ist nicht notwendig, Sie können jedoch die obere Tuchkante über das Köpfchen Ihres Babys ziehen, so wird es in aufrechter Position optimal unterstützt. Wenn Sie sich nach vorne beugen, ist es ratsam den Nacken zusätzlich mit Ihrer Hand zu stützen.

Wie lange am Tag kann ich mein Kind im Sling tragen?

Grundsätzlich so lange wie es Ihnen und Ihrem Baby Spass macht! Es gibt keine 'Richtlinien', für die Tragedauer, vertrauen Sie einfach Ihrem Gefühl. Denken Sie daran, dass Babys auf der ganzen Welt den ganzen Tag lang getragen werden, während die tragende Person ihren täglichen Aufgaben und Aktivitäten nachgeht.

Ist das Tragen gut für meinen eigenen Rücken?

Wenn Sie Rückenprobleme haben, sollten Sie immer einen Arzt konsultieren, bevor Sie eine Baby-Tragehilfe benutzen. Abgesehen davon ist ein Sling wahrscheinlich eine der besten Arten, Belastungen für den Rücken zu vermeiden, da das Tuch das Gewicht des Kindes optimal verteilt und nicht Ihre Arme oder Ihr Rücken (wie beim üblichen Tragen ohne Tuch) einseitig belastet werden. Tragen Sie Ihr Kind jeden Tag und verlängern Sie nach und nach die Tragedauer, um Ihrer Rückenmuskulatur die Möglichkeit zu geben gleichzeitig mit der Gewichtszunahme Ihres Kindes stärker zu werden.

Ab welchem Alter kann ich mein Baby im Sling tragen, und wann sollte ich aufhören?

Die Vorteile des Tragens bei Frühgeborenen (das sogenannte 'Kangarooing') zu nutzen ist mittlerweile eine häufig eingesetzte Methode den Kleinsten die Nähe und Wärme zukommen zu lassen, die sie brauchen. Ein Baby (egal ob reif geboren oder zu früh) kann von Anfang an im Tragetuch oder Sling getragen werden. Sie können natürlich auch jederzeit später damit beginnen. Ihre Rückenmuskulatur wird stärker werden während Sie Ihr Baby tragen und Sie werden sein Gewicht kaum spüren. Sie können Ihr Baby tragen solange es das möchte. Auch ältere Kinder geniessen den Sling als willkommenen Rückzugs-

ort, wenn sie von den mannigfaltigen Eindrücken um sie herum erschöpft sind.

Wird es meinem Baby im Sling gefallen?

Babys lieben engen Körperkontakt. Sie werden instinktiv nach dem Sling greifen, wenn Ihr Baby quengelig wird, nicht einschlafen kann oder einfach Ihre tröstende Nähe braucht. Einige Säuglinge brauchen eine kurze Zeit, um sich an eine neue Trageposition zu gewöhnen, besonders wenn sie auf dem Rücken getragen werden. Manchmal sind Babies im Sling quengelig, weil sie sich unsicher fühlen. Das ist meist dann der Fall, wenn das Tuch des Sling nicht fest genug gezogen ist. Befolgen Sie die Anleitung sorgfältig. Es ist wichtig, dass Sie Ihr Kind stets hoch und eng an Ihrem Körper tragen. Wir empfehlen Ihnen, eine neue Tragevariante nur dann auszuprobieren, wenn Ihr Kind entspannt ist. Z.B. wenn es gerade gegessen hat oder im Begriff ist einzuschlafen.
Gehen Sie ein wenig auf und ab nachdem Sie Ihr Baby zum ersten Mal in den Sling gelegt haben oder wenn Sie eine neue Position ausprobieren. Das wird ihr Kind ablenken, während es sich an die neue Trageposition gewöhnt...

Ganz wichtig: VERTRAUEN SIE IHREM BABY. Wenn Ihr Kind nicht bequem liegt oder sitzt, zu fest, zu locker oder zu warm eingepackt ist, wird es Sie das wissen lassen. Wenn es schläft oder glücklich die Welt beobachtet,geht es ihm gut. Ihr Kind eng bei sich zu tragen bedeutet, dass Sie oft seine Körpersprache deuten können, bevor es beginnt zu weinen oder Ihnen mitteilt, dass etwas nicht stimmt.

Werde ich mein Kind nicht verwöhnen und von mir abhängig machen?
Stellen Sie sich vor, Sie hätten Durst. Manchmal gibt man Ihnen ein Glas Wasser und manchmal nicht. Ihr Durst wird nicht gelöscht. Sie sind gezwungen zu warten, bis ein anderer entscheidet, dass Sie ein

Glas Wasser haben können. Sie werden zunehmend nervös und frustriert. Sie beginnen, ständig um Wasser zu bitten, sogar, wenn Sie gar keinen Durst haben, weil Sie nicht sicher sind, ob man Ihnen Wasser geben wird, wenn Sie Durst haben. Sie werden unsicher, wenn Sie kein Wasser zur Verfügung haben. Sie beschäftigen sich so sehr damit, genügend Wasser zu haben, dass Sie an nichts anderes mehr denken können.

Jetzt stellen Sie sich das umgekehrte Szenario vor. Sie haben Durst. Man gibt Ihnen auf der Stelle Wasser, soviel Sie brauchen, um Ihren Durst zu löschen. Sie sind zufrieden und können sich wieder unbesorgt mit dem beschäftigen, was Sie vorher getan haben. Sie sind sicher, weil reichlich Wasser vorhanden ist und Sie etwas haben können, wann immer Sie es brauchen. Sie fühlen sich in diesem Wissen sicher und die physische Präsenz von Wasser ist nicht immer notwendig.
Sie sind frei von Sorgen und können Ihre Energie auf andere Aktivitäten verwenden.

Jetzt stellen Sie sich diese beiden Szenen vor, und übertragen Sie sie auf Ihr Baby und seine Bedürfnisse nach körperlicher Nähe und Sciherheit. Und dann entscheiden Sie.

Wird mein Kind genügend Luft bekommen, wenn es im Sling sitzt oder liegt ?
Ihr Baby bekommt in einem richtig gebundenen Tragetuch genau soviel Luft wie in einem Bettchen oder im Kinderwagen. Wenn sich Ihr Baby in irgendeiner Weise unbehaglich fühlt, wird es Sie das in der Regel durch 'Protestieren' wissen lassen. Es kann den Kopf drehen oder seine Körperhaltung verlagern um die Situation 'zurechtzurücken'. Nahe an Ihrem Körper getragen wird Ihr Baby seine Atmung an Ihren Herzschlag und das Heben und Senken Ihrer Brust anpassen. Dies stabilisiert seine Atmung.

Wird es mein Kind in einem Sling zu warm oder zu kalt haben?
Neugeborene Babys sind nicht in der Lage, ihre Körpertemperatur zu regulieren. Der Körper des Erwachsenen wird die Körpertemperatur des Säuglings stabilisieren, wenn es nahe am Körper getragen wird. Dies wird das Baby bei sehr warmem Wetter kühl und bei sehr kaltem Wetter warm halten. Ziehen Sie sich und Ihr Kind entsprechend an.
Denken Sie daran, dass Ihre Körperwärme als eine Schicht betrachtet wird und das Babytragetuch Sling ist die zweite Schicht. Bei kaltem Wetter ist Ihr Mantel, der sowohl Sie, als auch das Baby umhüllt, eine dritte Schicht. Stellen Sie nur sicher, dass eventuell blosse Gliedmassen (Arme, Beine, Füsse, Kopf) gegen Sonne und/oder Kälte entsprechend geschützt werden.

Indem Sie Ihr Kind ganz nahe bei sich tragen, gehen Sie auf seine ursprünglichsten Bedürfnisse ein und ermöglichen Ihrem Kind so sich sicher und zufrieden zu fühlen.

› LOS GEHT'S

Wenn Sie den **BABY•SLING** das erste Mal verwenden, fühlen Sie sich vielleicht unbeholfen oder unsicher. Am Besten wählen Sie für Ihre ersten Trageversuche einen Zeitpunkt aus, zu dem Ihr Kind ruhig, satt und vielleicht kurz vor dem Einschlafen ist. Wenn Sie das Baby dann in den Sling gesetzt haben, gehen Sie ein wenig auf und ab, bis Ihr Kleines sich an die neue Situation gewöhnt hat. Wenn Ihr Kind unruhig wird und sich auch nach einigen Minuten nicht beruhigt hat, nehmen Sie es wieder aus dem Sling heraus und versuchen es später noch einmal. Mit ein bisschen Übung werden Sie sehen, das der Sling das ideale Mittel ist um ein unruhiges Baby zu trösten.

› WARNHINWEISE

Verlassen Sie sich auf Ihren gesunden Menschenverstand, wenn Sie Ihr Baby in einer Tragehilfe tragen, dann werden Sie wissen was zu tun ist und so Unfälle vermeiden können.
Einige praktische Hinweise:

- Wenn Sie sich nach vorne beugen, stützen Sie das Köpfchen Ihres Kindes mit einer Hand oder ziehen Sie die obere Tuchbahn des Sling über den Kopf Ihres Kindes.
- Es mag verlockend sein, mit Ihrem Baby in der Tragehilfe zu kochen, aber seien Sie vorsichtig! Denn Ihr neugieriges Kind kann sich leicht aus dem Sling hinausbeugen und versuchen gefährliche Dinge, wie Sie in jeder Küche zu Hauff vorhanden sind, zu fassen zu kriegen (z.B. Messer, heisse Pfanne, heisse Flüssigkeiten, etc.)
- Bedenken Sie, dass sich Ihr Bewegungsradius ändert, wenn Sie ein Kind tragen. Seien Sie also sehr vorsichtig, wenn Sie durch Türen oder enge Durchgänge gehen.
- Fahren Sie mit Ihrem Kind in der Trage nicht Fahrrad und nutzen Sie die Tragehilfe auch nicht bei anderen sportlichen Aktivitäten.

› BINDETIPPS

TIPP

Die untere Tuchkante kann angepasst werden, indem Sie den gegenüberliegenden Saum straffer durch die Ringe ziehen.

TIPP

Entsprechend kann die obere Tuchkante durch Ziehen der diesem Saum gegenüberliegenden Seite verstellt werden.

WARNUNG

Tragen Sie Ihr Kind nicht zu tief an Ihrem Körper

WARNUNG

oder zu locker, Ihr Rücken wird sonst durch diese zusätzliche Belastung (körperferner Schwerpunkt) schmerzen

TIPP

Wenn Sie Ihr Baby aus dem Sling nehmen möchten, lockern Sie vorsichtig das Tuch, indem Sie den oberen Ring anheben. Es ist nicht notwendig, das Tuch ganz durch die Ringe zu ziehen.

TIPP

Den losen Teil des Sling können Sie benutzen um für sich und Ihr Baby die Privatsphäre zu gewährleisten, wenn Sie es z.B. Stillen, das Kind schlafen möchte oder einfach um mit ihm Verstecken zu spielen.

TIPP

Tragen Sie Ihr Baby so, dass Sie es, ohne sich vorbeugen zu müssen, küssen können

TIPP

Vergewissern Sie sich, dass die Beine Ihres Kindes bei niedrigen Temperaturen gut durch die Kleidung bedeckt sind. Sie werden die Hosen des Kindes öfter nach unten ziehen müssen, wenn sie wieder hochgerutscht sind. Manche Eltern empfehlen Babys in Tragehilfen Kleidung in einer grösseren Grösse anzuziehen, damit die Beinchen sicher bedeckt bleiben.

› SO FÄDELN SIE IHREN SLING EIN

1. Legen Sie den Stoff des Sling in Falten ohne ihn zu verdrehen. Die Nähte sollen an den Aussenseiten bleiben.

2. Ziehen Sie das Ende der Tuchbahn durch beide Ringe

3. Dann klappen Sie das Tuchende über den oberen Ring und ziehen es durch den unteren Ring hindurch.

4. Legen Sie sich den Sling wie ein Schärpe um, und ziehen Sie dann den Stoff durch die Ringe ohne diesen zu verdrehen.

5. Der untere Rand kann mit dem gegenüberliegenden Saum durch Ziehen angepasst werden.

6. Entsprechend können Sie den oberen Rand der Tuchbahn mit dessen gegenüberliegendem Saum verstellen

7. Um den Sling wieder zu lösen, müssen Sie nur den oberen Ring anheben, und das Gewicht Ihres Babies wird den Sling automatisch aufziehen.

Es ist nicht notwendig, den Sling nach jeder Benutzung komplett auseinander zu ziehen. Dies ist nur nötig, wenn Sie Ihre Tragehilfe Waschen möchten.

› SO SOLLTE DIE ENDGÜLTIGE POSITION DER RINGE SEIN

Direkt unter der Schulter. Das Tuch sollte weit über Ihre Schulter auseinander gezogen sein.

oder etwas höher.

nicht zu nahe an Ihrem Hals

nicht direkt auf der Schulter

nicht direkt über Ihrer Brust

› GRUNDEINSTELLUNG FÜR ALLE TRAGEVARIANTEN

1. Wählen Sie eine Hüfte, auf der Sie das Baby tragen möchten und hängen Sie sich den Sling dann über die gegenüberliegende Schulter, so dass das lose Ende nach vorne zeigt.

2. Ziehen Sie das Tuch straff durch die Ringe, lassen Sie gerade soviel Platz um Ihr Kind hineinlegen zu können.

3. Am Anfang sollten die beiden Ringe ganz oben auf Ihrer Schulter liegen. Sie rutschen von selbst nach unten, wenn Sie Ihr Baby in den Sling gesetzt haben.

4. Vergewissern Sie sich, dass der Stoff des Sling flach über Ihrem Rücken liegt ohne verdreht zu sein (so ist eine optimale Gewichtsverteilung gewährleistet)

› WIEGE

Die Wiegenposition ist ideal um ein Neugeborenes zu tragen oder um zu Stillen und dabei beide Hände frei zu haben. Manche Kinder fühlen sich so im Tuch eingepackt verloren und bevorzugen eine aufrechte Bauch-an-Bauch Position.

Beachten Sie bitte die Grundposition auf Seite 8 bevor Sie beginnen.

1. Falten Sie die Tuchbahn der Länge nach vor Ihrer Brust zusammen, so dass eine Tasche entsteht.

2. Ziehen Sie die innere Tuchkante so fest, dass Sie straff über Ihrer Brust liegt. Dabei ist es wichtig, dass die Ringe hoch auf Ihrer Schulter liegen bleiben.

3. Die aussenliegende Tuchkante sollte etwas lockerer fallen, da ja Platz sein muss, um das Baby in den Sling zu legen.

ANMERKUNG:

Wenn Sie das Kind in das Tuch legen, sollten Sie etwas Abstand zu den Ringen lassen, damit Sie den Sling zum Schluss noch festziehen können.

4. Dann halten Sie Ihr Baby hoch auf Ihrer freien Schulter und stekken zuerst sein Füsse in die Tuchtasche

4.a Um den Kopf des Babys auf die Seite der Ringe zu legen, müssen Sie die Füsse Ihres Kindes auf Ihre andere Seite führen.

4.b Soll der Kopf des Babys auf der den Ringen entgegengesetzten Seite zum Liegen kommen, müssen Sie die Füsse in Richtung der Ringe schieben.

5. Dann legen Sie vorsichtig Hüfte, Schultern und Köpfchen des Kindes in die Tuchtasche. Während des ganzen Vorgangs stützen Sie Ihr Kind mit Ihrem Arm.

6. Sie können Ihr Baby so in den Sling legen, dass es Ihrem Bauch zugewandt ist (also Bauch an Bauch, ideale Stillposition)

7. oder so, dass es nach oben schaut

8. oder so, dass es nach vorne gewandt ist.

9. Stützen Sie Ihr Baby mit einer Hand und ziehen Sie dann die Aussenkante des Tuches so fest, dass dieses straff sitzt.

10. In jeder Position sollte der Kopf des Kindes höher zu liegen kommen als seine Füsse.

TIPP

Das Tuch sollte so straff gezogen sein, dass Sie das sichere Gefühl haben, Ihr Kind nicht noch zusätzlich festhalten zu müssen.

TIPP

Vergewissern Sie sich, dass das Baby in dieser Position über Ihrer Hüfte bleibt, auch wenn Sie sich bewegen. Und dass der Sling so hoch und eng wie möglich an ihrem Körper gebunden ist.

TIPP

Das Baby sollte auch wenn Sie sich vorne über beugen ganz eng an Ihrem Körper bleiben.

Nachdem Sie das Tuch ganz fest gezogen haben, finden Sie vielleicht, dass die Ringe zu nahe an Ihrem Baby sind. In diesem Fall lockern Sie das Tuch ein wenig, während Sie das Kind mit einer Hand stützen und rutschen dann den Sling bzw. die Ringe einfach ein bisschen höher auf Ihre Schulter.

HERAUSNEHMEN

Wenn Sie Ihr Baby wieder aus dem Sling nehmen wollen müssen Sie einfach das Tuch lockern und das Kind herausnehmen.

Wollen Sie das Baby in der Wiegeposition stillen, müssen Sie das Tuch auch ein wenig lockern, so dass das Kind weiter nach unten rutscht und Ihre Brust erreichen kann. Wenn Sie es angelegt haben, ziehen Sie das Tuch einfach wieder fest und Sie können beim Gehen oder Stehen weiterstillen. Ausserdem kann das lose Ende des Sling genutzt werden, um Sie und Ihr Kind beim Stillen zu bedecken und so Ihre Privatsphäre zu waren.

› BAUCH-AN-BAUCH-TRAGE

Viele Babys lieben es aufrecht vor Ihrer Brust getragen zu werden. Diese Variante können Sie in jedem Alter nutzen. Sie ist aber besonders empfehlenswert für Neugeborene oder Kinder unter einem Jahr. Wenn die Kinder älter und schwerer werden, wird es für Sie angenehmer sein Ihr Kind auf der Hüfte zu tragen.

MÖGLICHKEIT 1: DIE FÜSSE DES BABYS BLEIBEN IM TUCH

Beachten Sie bitte die Grundposition auf Seite 8 bevor Sie beginnen

1. Falten Sie das Tuch wieder so, dass eine Tasche vor Ihrer Brust entsteht.

2. Ziehen Sie die innere Tuchkante so fest, dass Sie straff über Ihrer Brust liegt.

3. Die aussenliegende Tuchkante sollte etwas lockerer fallen, damit Platz für das Baby bleibt.

4. Halten Sie das Baby auf Ihrer freien Schulter und lassen Sie die Beinchen Ihres Kindes vorsichtig in die Tuchtasche gleiten. Das Baby wird automatisch eine 'Froschposition' mit angewinkelten Beinen einnehmen; (etwa wie beim Lotussitz/Schneidersitz).

ANMERKUNG:

Halten Sie unbedingt einen Abstand zwischen den Ringen und Ihrem Baby ein, so dass das Tuch weiter aufgefächert werden kann und so den kleinen Körper besser und sicherer stützt.

5. Halten Sie das Kind mit einer Hand fest und ziehen Sie dann die äussere Tuchkante hoch bis über die Schultern des Babys.

6. Das Baby sollte bequem an Ihrer Brust lehnen, eng genug, um nicht zur Seite zu kippen.

› BAUCH-AN-BAUCH-TRAGE

Möglichkeit 2: BAUCHTRAGE MIT HERABHÄNGENDEN BEINCHEN

Beachten Sie bitte die Grundposition auf Seite 8 bevor Sie beginnen.

1. Halten Sie das Baby auf Ihrer freien Schulter, so dass das Tuch über den Beinen des Kindes liegt.

2. Dann ziehen Sie das Tuch unter den Po des Babys

3. und ziehen die obere Tuchkante hoch bis über seine Schultern

4. Stützen Sie das Baby mit einer Hand und straffen Sie das Tuch, indem Sie den Stoff durch die Ringe ziehen.

5. Ziehen Sie dann den der unteren Tuchkante gegenüberliegenden Saum des losen Endes, um den Sling unter dem Po des Babys zu straffen.

6. Entsprechend verfahren Sie mit dem der oberen Tuchkante gegenüberliegenden Saum, um den Sling über den Schultern des Kindes anzupassen.

7. Vergewissern Sie sich, dass die Tuchbahn über dem Rücken des Kindes gut auseinandergezogen wurde, so dass Sie von den Schultern bis unter die Knie des Babys reicht.

8. Das Baby kann seine Arme nun innerhalb des Tuches lassen

9. oder sie herausnehmen

TIPP

Nutzen Sie das lose Ende des Sling, um Ihr Baby beim Schlafen oder Stillen zu bedecken, oder es vor Wind, Sonne oder Regen zu schützen oder einfach nur um mit ihm Verstecken zu spielen.

TIPP

Nachdem Sie das Baby in den Sling gesetzt haben, kann es sein, dass die Ringe nicht mehr in der richtigen Position sind. Sollte das der Fall sein, heben Sie Ihr Baby ein wenig hoch, und fassen mit der andern Hand den Sling unter den Ringen und schieben die Ringe wieder nach oben in die richtige Lage, dann setzen Sie Ihr Kind wieder korrekt in den Trageschal Sling.

› BUDDHA-TRAGE ODER RÜCKEN-AN-BAUCH-TRAGE

Sehr neugierige Babys geniessen die vielen Sinneseindrücke, wenn Sie mit dem Gesicht nach vorne getragen werden. Bitte verwenden Sie diese Trageweise nur wenn Ihr Kind sein Köpfchen bereits alleine halten kann. Achten Sie ausserdem darauf, stets eine Hand frei zu haben mit der Sie Ihr Kind halten können, falls es sich nach vorne beugt.

Für die Grundeinstellung beachten Sie bitte Seite 8 bevor Sie beginnen.

1. Falten Sie das Tuch wieder so, dass eine Tasche vor Ihrer Brust entsteht. Dazu halbieren Sie die Tuchbahn der Länge nach und klappen den unteren Teil nach oben.

2. Halten Sie das Baby nun hoch auf Ihrer Schulter mit dem Gesicht nach vorne und falten Sie vorsichtig seine Beine zum Lotussitz (Schneidersitz).

3. Dann lassen Sie es sanft ins Tuch rutschen

4. Ziehen Sie die äussere Tuchkante bis zum Kinn Ihres Babys hoch.

5. Während Sie das Kind stützen, ziehen Sie nun den Sling so fest wie möglich an, damit das Baby im Tuch nicht hin-und herrutschen kann

6. Ihr Kind sollte möglichst hoch und eng an Ihrer Brust sitzen. So kann es die Welt von einem sicheren Platz aus beobachten.

› HÜFTTRAGEWEISE

Sobald Ihr Kind alleine sitzen kann, werden Sie bestimmt die Hüfttrageweise als besonders angenehm für sich entdecken. Das Baby sitzt mit gespreizten Beinen auf Ihrer Hüfte. Auf diese Weise wird sein Gewicht besser verteilt. Der Sling sollte möglichst eng am Körper getragen werden, so dass das Kind sich nicht zurücklehnen oder zu viel herumzappeln kann.
Wenn das Kind eine zu grosse Bewegungsfreiheit hat oder sich ständig zurücklehnt, kann ein Gegengewicht zu Ihrem Körper entstehen und das Tragen wird sehr anstrengend für Sie.
Ausserdem ist diese Position ideal für lebhafte Kleinkinder, die gerade dabei sind die Welt zu entdecken, aber doch noch schnell ermüden und einen sicheren Rückzugsort auf Mamas Arm brauchen.

Für die Grundeinstellung beachten Sie bitte Seite 8 bevor Sie beginnen.

1. Ziehen Sie die Tuchbahn vor Ihrer Brust weit auseinander.

2. Halten Sie das Baby auf Ihrer freien Schulter und ziehen Sie dann das Tuch über seine Füsse.

3. Setzen Sie Ihr Kind nun auf Ihre Hüfte und ziehen Sie die Tuchbahn hoch über den Rücken des Babys.

4. Die obere Tuchkante sollte bis zum Nacken Ihres Kindes reichen.

5. Danach straffen Sie den Sling durch Ziehen des losen Tuchendes. Halten Sie dabei Ihr Baby mit der freien Hand.

6. Ziehen Sie nun die untere Tuchkante so fest, dass Ihr Baby sicheren Halt hat und Sie es nicht mehr stützen müssen

7. Danach straffen Sie auch die obere Tuchkante so, dass Ihr Kind eng an Ihrem Körper lehnt.

8. Vergewissern Sie sich, dass die Tuchbahn bis zu den Kniekehlen Ihres Kindes auseinandergezogen ist.

9. Das Kind kann seine Arme im Tuch lassen

10. oder sie herausnehmen

TIPP

Sie können das lose Tuchende nutzen, um sich und Ihr Baby beim Stillen zu bedecken oder als leichte Zudecke wenn Ihr Kind schläft, als Schutz vor Wind und Regen oder einfach nur um mit ihm Verstecken zu spielen.

TIPP

Wenn Sie sich nach vorne beugen oder Ihr Kind vor einer Gefahrenquelle schützen wollen, können Sie Ihren Arm auch vor dem Baby halten.

FALSCH

Lassen Sie Ihr Kind nicht zu weit nach unten rutschen, das Kind sollte über Ihrer Hüfte sitzen.

FALSCH

Ziehen Sie das Tuch so straff wie möglich. Bei einem zu locker gezogenen Sling kann Ihr Kind sich nach hinten lehnen und sich verletzen.

› RÜCKENTRAGE

Grössere Kinder lieben es, auf dem Rücken getragen zu werden.
Für Sie selbst wird es ein ganz neues Lebensgefühl sein, sich frei zu bewegen ohne ein grosses schweres Kind vor Ihrem Bauch zu haben.

Für die Grundeinstellung beachten Sie bitte Seite 8 bevor Sie beginnen.

1. Bei dieser Tragevariante liegen die Ringe zu Beginn über Ihrer Rückenmitte. Das lose Tuchende hängt vor Ihrer Brust.

2. Öffnen Sie nun die Tuchtasche auf Ihrer Hüfte.

3. Halten Sie das Kind auf Ihrer freien Schulter und ziehen Sie das Tuch über seine Füsse.

4. Dann spreizen Sie vorsichtig seine Beinchen und setzen das Kind auf Ihre Hüfte. Ziehen Sie das Tuch über den Rücken Ihres Kindes.

5. Die obere Tuchkante sollte bis zum Nacken des Babys reichen

6. Vergewissern Sie sich immer, dass das Tuch bis in beide Kniekehlen des Babys ausgebreitet ist.

7. Dann lehnen Sie sich leicht nach vorne und bringen Ihren Arm vor Ihr Kind. Das Baby sitzt immer noch auf Ihrer Hüfte und Sie halten es mit einer Hand fest.

8. Mit der anderen Hand greifen Sie nach dem losen Tuchende.

9. Ziehen Sie nun die Ringe mit dem losen Tuchende nach vorne und lassen Sie gleichzeitig Ihr Kind vorsichtig auf Ihren Rücken rutschen. Halten Sie es dabei immer noch gut fest.

10. Dann ziehen Sie den Sling straff.

11. Passen Sie nun die obere

12. und die untere Tuchkante getrennt voneinander so an, dass es für Sie und das Baby bequem und sicher ist.

13. Die Ringe sollten direkt unter Ihrer Schulter zum Liegen kommen. Falls die Ringe zu weit nach unten gerutscht sein sollten schieben Sie diese etwas höher.

14. Das Baby kann nun seine Arme im Tuch lassen

15. oder Sie herausnehmen.

DAS KIND HERAUSNEHMEN:

Um das Kind aus der Rückentrage zu nehmen, müssen Sie wieder einfach die Ringe anheben und den Sling ein wenig lockern.

Dann lassen Sie Ihr Kind von Ihrem Rücken wieder auf Ihre Hüfte gleiten und heben es heraus.

› ZWILLINGE TRAGEN

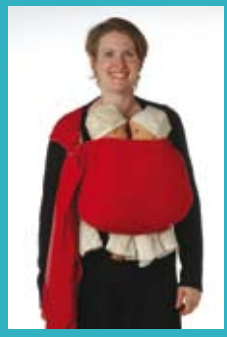
Zwillinge verbringen 9 Monate ganz eng beieinander im Mutterleib. Sie werden es sehr geniessen auch weiterhin nahe beisammen zu sein. Zwei Babys gleichzeitig zu tragen kann sehr praktisch sein.
Es ist schon eine grosse Erleichterung, wenn Sie einen der Zwillinge tragen und so die Hände frei haben um den anderen zu versorgen. Wenn Sie ausgehen wollen, ist es sehr praktisch, wenn Sie ein Baby tragen und das andere im Kinderwagen schieben.
Wie im Folgenden gezeigt wird, gibt es verschiedene Möglichkeiten Zwillinge zu tragen. Es ist empfehlenswert, diese Tragevarianten erst vor einem Spiegel zu üben, bis Sie sich daran gewöhnt haben. Vielleicht können Sie auch eine oder zwei Puppen benutzen um mit der Tragetechnik vertraut zu werden.
Benutzen Sie die bereits weiter vorne im Handbuch erklärten Tragevariationen. Diese müssen lediglich an die Bedürfnisse von Zwillingen angepasst werden.

›› WIEGE

Legen Sie zuerst ein Baby in Liegeposition in den Sling mit dem Köpfchen in Richtung der Ringe. Dann legen Sie das zweite Baby gegenüberliegend hinein.
Aus dieser Position werden Ihre Kinder sicher eher schnell herausgewachsen sein.

›› BAUCH-AN BAUCH-TRAGE

Setzen Sie ein Baby vor jede Brust mit dem Gesicht zu Ihnen und den Beinchen aus dem Tuch heraushängend.



›› HÜFTTRAGE

Für die Hüfttrage mit Zwillingen benötigen Sie zwei Slings. Sie können je ein Baby auf jeder Hüfte tragen.

TIPP

Setzen Sie zuerst das eine Kind in den Sling, bevor Sie den zweiten Sling auf der anderen Hüfte anlegen.

TIPP

Die Tuchbahnen der beiden Slings sollten gut auseinander gezogen sein, so dass der Stoff des BB-Sling ganz flach an Ihrem Rücken anliegt und nicht verdreht ist. Nur so ist eine optimale Gewichtsverteilung gewährleistet.

› ANDERE PRODUKTE VON BABYLONIA

TRI•COTTI

TRICOT•SLEN

BB•SLEN

BB•BACKPACK

Vielen Dank!

Wenn Ihr Baby sprechen könnte, würde es sich bei Ihnen für den Kauf eines **BB•SLING** bedanken. Weil es das aber natürlich noch nicht kann, sagen wir in seinem und unserem Namen danke!
Wir hoffen Sie geniessen Ihren **BB•SLING** und er leistet Ihnen viele Jahre wertvolle Dienste.

Wir haben uns die grösste Mühe gegeben, Ihnen eine detaillierte Anleitung mit vielen wertvollen Tipps zum Babytragen an die Hand zu geben. Sollten Sie nach der sorgfältigen Lektüre dieses Handbuches darüber hinaus noch Fragen haben, empfehlen wir Ihnen eine erfahrene Mutter zu finden, die Ihnen persönlich helfen kann. Sehen Sie sich nach einer Hebamme oder einer Stillberaterin in Ihrer Nähe um. Vielleicht gibt es in Ihrer Umgebung auch ein Familienzentrum, in dem Tragekurse angeboten werden, es gibt immer mehr davon. Ausserdem können Sie im Internet nach Baby-Tragehilfen (baby carriers) suchen. Sie werden erstaunt sein, über die Fülle von Informationen.
Wir interessieren uns immer für Ihre Rückmeldungen, und freuen uns auf Ihre Geschichten und Bilder mit unseren Tragehilfen.
Diese können Sie an folgende Adresse schicken:
babycarriers@babylonia.be

Ohne jeden Zweifel hat das Tragen eines Kindes sowohl Vorteile für das Baby als auch für Sie. Aber wer kann Ihnen das richtige Tragen beibringen?
Zu diesem Zweck hat babylonia ein umfassendes Handbuch entwickelt, speziell für den **BB•SLING**.
Im ersten Teil des Handbuches, also in der **'Einleitung'** und im Teil **'Häufig gestellte Fragen'**, wollen wir Ihnen die Vorteile des Tragens aufzeigen und die immer wieder vorkommenden Fragen beantworten.
Im Kapitel **Los geht's** möchten wir Ihnen wertvolle Tips geben.
In den darauf folgenden Abschnitten werden die verschieden Tragevarianten **detailliert mit Schritt-für-Schritt Fotos** gezeigt. Jede Position wird von Anfang bis Ende erklärt und ist mit wertvollen Tips ergänzt. Sie werden Mühe haben eine ähnlich genaue und ausführliche Anleitung für einen Sling zu finden.

Was macht den babylonia Sling so besonders?

Der **BB•SLING** von babylonia ist ein qualitativ hochwertiger Sling, ausschliesslich aus ungiftig gefärbten Garnen gefertigt.
Er ist in einer speziellen Webart hergestellt, die eine optimale Querelastizität gewährleistet, die sowohl das Baby stützt als auch dessen Gewicht optimal auf die Hüfte des Trägers verteilt.
Babylonia ist bemüht Ihnen die bestmögliche Qualität zu einem erschwinglichen Preis anzubieten. Wir arbeiten nur mit solchen Organisationen zusammen, die ein faires Arbeitsverhältnis mit guten Bedingungen und einem angemessenen Lohn garantieren. Mehr Informationen zu diesem Thema finden Sie auf unserer website: www.babylonia.be

Pflegeanleitung:

Um Ihren BB•Sling optimal in Form zu halten, empfehlen wir das Waschen bei 40°. Danach empfehlen wir Leinentrocknung.

Wir haben unser Bestes getan, um Sie mit ausführlichen Informationen zu unserem Sling zu versorgen. Es liegt in Ihrer Verantwortung diese Anleitungen sorgsam zu befolgen. Nutzen Sie Ihren gesunden Menschenverstand wenn Sie Ihr Baby tragen. Ein unkooperatives Kleinkind kann aus dem Sling klettern. Halten Sie zu jeder Zeit Ihre Hände frei, um Ihr Kind vor Gefahren zu schützen. Für Unfälle mit Todesfolge oder Verletzungen im Umgang mit dem BB•Sling kann Babylonia nicht haftbar gemacht werden.

www.babylonia.be

BB•SLING

Benutzerhandbuch / Trageanleitungen

babylonia

Redaktion: Erin Meyer für Babylonia
Adaption und Übersetzung: Elisabeth Oefelein für Babylonia